Nr. 3. Kraków, dnia 1 maja 1908. Rok VII.

Przegląd zdrojowy

sportowy i turystyczny

Pismo poświęcone sprawom zdrojowisk i miejsc klimatycznych, sportowi krajowemu i zagranicznemu jakoteż sprawom turystyki.

Redaktor główny: **Dr. Zenon Pelczar.** — Redaktor naczelny: **Dr. Jan Frączkiewicz**

Skład główny we Lwowie u St. Sokołowskiego, Pasaż Hausmana 9; w Warszawie księgarnia Gebethnera i Wolfa.
Prenumerata kwartalna **2 K.** do końca roku **6 K.**
Rękopisów nie zwraca się.

Wychodzi 1 i 15 każdego miesiąca, bogato illustrowany.

Adres Redakcyi i Administracyi: **ul. Starowiślna 12.**
Konto czekowe Nr. 64.330.

Ceny ogłoszeń:
Ogłoszenia za 1 wiersz petitowy lub jego miejsce 40 gr. Nadesłane za wiersz garmondu lub jego miejsce 1 kor
Ogłoszenia prócz Administr. przyjmują R. Mosse i Haassenstein w Wiedniu.

ZDROJOWISKA.

W sprawie bojkotu pruskiego.

Czy i jakie przetwory lecznicze niemieckie i zdrojowiska zagraniczne dadzą zastąpić się krajowemi.

Skreślił dr. Pelczar.

W pierwszym numerze wykazałem dowodnie, że jeśli bojkot Prusaków ma trwałe przynieść owoce — jeśli zapał podniecony płomieniem oburzenia wobec doznanych krzywd nie ma być przemijającym i dać się we znaki wrogowi, który poza swoją butą bardzo jest czułym na kieszeń — musi bojkot nasz objąć i dział przemysłowo-lekarski — a przedewszystkiem pruskie i niemieckie zdrojowiska. Jeśli bowiem prusacy, którzy i tak już od dłuższego czasu z deficytem walczą, opatrzą się, że polskie miliony, które dotychczas szeroką strugą wpływały, pozostają w kraju — lub z ominięciem Prus w inne strony zostały skierowane, z pewnością w postanowieniach swych niegodnych się zachwieją i może tą drogą ziomkom naszym w doli ich ulżyć potrafimy, a w każdym razie podniesiemy ich na duchu przez solidaryzowanie się z nimi w ich samozachowawczej pracy. — Medycyna trudniejsze na tem polu ma zadanie. — Jako nauka kosmopolityczna mająca za zadanie szukania i wykrywania prawd świata i pomoc choremu — właściwie nie powinna się liczyć ze względami, które każdemu Polakowi na sercu leżeć i ciążyć powinny. — Jako lekarze powinnibyśmy mieć pewne skrupuły w bojkocie, jeśli jednak uprzytomnimy sobie, że pierwsi Prusacy z nienawiści do nas pierwsi zdeptali te zasady — i nam lekarzom Polakom pierwsi rzucili obelgę przez zakaz lekarskiego polskiego zjazdu naukowego w Poznaniu przed kilku laty — powinniśmy się także pozbyć wszelkich złudzeń i optymizmu i bezwzględnie bojkotować wszystko co pruskie— a co się polskim i innym zagranicznym zastąpić da wyrobem. — Wszyscy lekarze znają dokładnie reklamę niemiecką, te setki fabryk przetworów leczniczych szumnemi opatrzonych nazwami — wszak codziennie otrzymujemy rozliczne prospekta poparte broszurami i próbkami — za które chory płaci — a które wypróbować niestałoby miejsca i czasu. —

Powodowani optymizmem i chęcią przyniesienia ulgi choremu a przekonani, że dążymy z postępem czasu — zapisujemy choremu owe przetwory bezkrytycznie, to znaczy nie rachując się z ich pochodzeniem, ceną a nierzadko nawet skutecznością lub stosunkiem ceny do ich wartości lub skuteczności. —

W ten sposób rozchodzą się w naszym biednym kraju różne rodzaje wód niemieckich i pruskich z krzywdą dla naszego zdrojownictwa — które z licznemi przeszkodami walczyć musi, i sprostać nie może konkurencyi z zagranicą, która nie szczędząc na reklamę i nieraz wprost nie rachując na chwilowy zysk — stara się przedewszystkiem usunąć nasze wody — by potem nie mając rywala — sytuacyę tem lepiej wyzyskać. — Uderzmy się w piersi — i sami przyznajmy się do winy — jak my sami publiczność przyzwyczailiśmy choćby do takiej wody Selters, Rakoczy i wielu innych — podczas-gdy nasza woda szczawnicka Józefinka, krościeńska ze źródła Stefana pierwszą z nich jeśli skutecznością nie przewyższa — to conajmniej z nią stoją na równi. — Gdyby tylko te pieniądze, które prusacy za swoją „Selters“ otrzymują pozostały w kraju — i gdyby je zarządy odpowiednich zdrojowisk otrzymały i Szczawnica i inne z pewnością w inną by się przyoblekły szatę — podnosząc stokrotnie wartość tego uroczego zakątka naszej ziemi. —

Rzeczą bardzo na czasie będzie nawrócić z tej drogi lepiej późno — niż nigdy — czas jeszcze mamy zająć inne stanowisko a przychylniejsze dla naszego przemysłu lekarskiego i naszego zdrojownictwa.

Mamy przecież i nasze fabryki środków lekarskich — nie brak ich i w krajach — które do nas przychylnie się odnoszą a które niemiecka reklama i konkurencya zagłusza. Niestety znowu daliśmy się tak opanować przemysłowi niemieckiemu, że nie mało na to i czasu i trudu potrzeba dzisiaj, by rozsegrować środki lecznicze — pruskim przeciwstawić nasze własne z firm francuskich, angielskich, czy szwajcarskich. Zadanie to choć trudne, nie mniej jednak przez swój cel wdzięczne podjęły już specyalne komisye przemysłowo lekarskie tak we Lwowie, jak w Krakowie, ostatnia z Drem Kwaśnickim na czele. Królewiacy nas już nawet w pracy swej wyprzedzili — gdyż jeszcze w roku 1904 lubelska komisya zestawiła spis firm polskich, francuskich, belgijskich i szwajcarskich, Sprawę tę też kilkakrotnie poruszał już kol. Rudzki.

Zanim konkretne jednak mieć będziemy fakta, starajmy się w ordynacyi naszej pogodzić sumienie i poczucie narodowe z dobrem chorego. Nie pomogą zaś nawoływania i praca jednostek — póki nie jako w krew nie wejdzie każdego lekarza Polaka poczucie narodowe i ta świadomość, że posługując się pruskimi przetworami z pominięciem firm polskich krzywdę przynosimy całemu społeczeństwu polskiemu, a wspomagamy wroga, by więcej sił miał ku gnębieniu nas samych.

Drugiem polem, na którem powina się odbyć bezkrwawa rozprawa z naszym wrogiem — to zdrojowiska nasze. Ściśle hołdując zasadzie „Salus aegroti suprema ratio esto“ „przedewszystkiem zdrowie i dobro chorego“ powinni lekarze wybierać na pobyt dla swego pacyenta te miejscowości, które dla niego ze względu na stan zdrowia i największe szanse poprawy są najodpowiedniejszemi — przy równych jednak danych powinien polski pacyent do polskich być skierowanym zdrojowisk.

Polska nasza ziemia zrządzeniem Opatrzności tak hojnie została uposarzoną rozlicznemi źródłami — jak żaden niemal kraj. W granicach Polski posiadamy wszelkie możliwe źródła i możliwe ich kombinacye, tak że nam tylko Karlsbadu i Cieplic brak — wszelkie zaś inne śmiało naszemi krajowemi zastąpione być mogą. —

Niestety uprzedzenia wieków i moda — która nakazywała zagranicę odwiedzać — powstrzymywała w rozwoju te skarby nasze, tak, że mała tylko część zdrojowisk naszych potrafiła się należycie rozwinąć — wielka zaś część zapoznana i nie wyzyskana oczekuje lepszych czasów. — Opamiętanie się lat ostatnich większa wiara i podniesienie patryotyzmu sprawiły, że zdrojowiska nasze frekwencyą swoją conajmniej dwukrotnie się zwiększyły okazując, równocześnie postęp i rozwój w każdym kierunku. Wszystko to jednak — co dotąd na polu zdrojownictwa dla naszej ziemi zrobiono — kroplą w morzu nazwać można — tysiące jeszcze polskiej publiczności raczej z przyzwyczajenia jak z potrzeby wyjeżdża zagranicę ofiarę hojną składając molochowi — który nasze zdrojowiska tak długo w rozwoju powstrzymywał. —

Z jednej strony polska lekkomyślność — z drugiej strony nieznajomość tego co posiadamy stała się przyczyną, że tak lekarze z lekkiem sercem — publiczność za granicę wyprawiali. — Łatwa zaś komunikacya — większe wygody za granicą i schlebianie przez wrogów naszych naszej pysze sprawiały, że gdy nasze zdrojowiska ledwie istnieć i wegetować mogly — polska publiczność lgnęła do zagranicy nie zdając sobie sprawy, że w domu u siebie niejednokrotnie te same lub lepsze warunki do odzyskania zdrowia posiada. — Wina to czasów — wina to niemieckich podręczników które ma się rozumieć niemieckie tylko uwzględniały „bady“ brak odpowiednich wykładów — przez co lekarz zmuszony studyować z niemieckich dzieł — wychodził w świat obznajomiony dobrze z właściwościami zdrojowisk zagranicznyeh a swoje ledwie z nazwy znając. — Disiaj dzięki polskim wydawnictwom w których mężowie tacy jak ś. p. Prof. Korczyński, Dr. Zieleniewski obecnie Prof. Gluziński, Wiczkowski, Marischler, Pisek i inni polskie zdrojowiska uwzględnili — miejmy nadzieję, że zmienią się czasy — i że dla naszych zdrojowisk nowa zaświeci rozwoju gwiazda. —

Zadaniem dzisiaj mojem rozpatrzyć się w zdrojowiskach i przedstawić — jakie wspólne istnieją między zdrojowiskami krajowemi — a obcemi, które z naszych zastąpić mogą bez szkody chorego zdrojowiska zagraniczne. —

Dla lepszego przeglądu podzielmy zdrojowiska wszystkie w pewne grupy powszechnie w nauce dzisiaj przyjęte. Niemi są:

1. Solanki czyste i surowice.
2. Solanki jodo-bromowe.
3. Źródła żelaziste.
4. Szczawy alkaliczne.
5. Wody górskie.
6. Wody siarczane.

Przejdźmy grupami pojedyncze gatunki wód i porównajmy skład źródeł zagranicznych z krajowemi.

Solanki czyste odznaczają się przeważną zawartością chlorku sodu, a różnią się od surowic tylko wyższym ciężarem gatunkowym — krótko mówiąc wody zawierające mniej jak 2% zawartości chlorku sodu nazywamy solankami — surowicami zaś wszystkie te, w których chlorek sodu więcej jak 2% wynosi.

Pierwsze z nich używa się przeważnie jako wody do picia — drugie przeważnie do kuracyi kąpielowej. Głównie działającym czynnikiem w tych wodach jest chlorek sodu, którego znaczenie w leczeniu bardzo długiego szeregu zboczeń chorobowych nie ulega dzisiaj jak najmniejszej kwestyi.

Źródeł solankowych i surowic rozsianych mamy po świecie mnóstwo — najwięcej ich jednak nagromadziło się w Galicyi, która utartą ma już od wieków sławę — a która nietylko swój cały kraj, lecz i zagranicę w sól zaopatruje. Wszystkie źródła galicyjskie mają znaczną przymieszkę soli — jako jednak zdrojowisko słone Trskawiec w Galicyi — w królestwie Ciechocinek i Solec dawno nabytą a zasłużoną cieszą się sławą. Zadalekoby mnie zaprowadziło wypisywać skład wszystkich wód zagranicznych i porównywać je z naszymi — wymienię tylko źródła o największem wysyceniu t. j. ponad **15%**.

Arnstad	zawiera	23·7%
Aussee	„	27·2%
Bex	„	17· %
Ciechocinek	„	38·9%
Frankenhausen	„	25·9%
Gmunden	„	24·4%
Hall w Tyrolu	„	26·4%
Ischl	„	27·2%
Jaktfeld	„	26·2%
Köstritz	„	22·7%
Rheinfelden	„	31·9%
Salius de Bearu	„	23·3%

Salzungen	zawiera	26·5%
Stotternhein	„	25·7%
Truskawiec	„	23·1%

Z przeglądu tego widzimy, że Ciechocinek góruje swym 38·9% ponad wszystkiemi surowcami. Truskawiec zaś między nimi jedno z pierwszych miejsc zajmuje — przewyższając natomiast wiele innych jak Baden - Baden, Kissingen, Kreuznach, Nauheim, Salzbrum, Salzschirf-Wiesbaden. Jeśli jeszcze dodam, że na każdej niemaj salinie, choć nie ma zakładów kąpielowych zgłoszonych — a salin mamy kilkanaście — otrzymać można surowicę prawie wysyconą. Okaże się zbytecznem szukanie solanek czystych za granicą, zwłaszcza u najbliższych z zachodu sąsiadów. —

2. Wody jodowo-bromowe, znane w Europie j jako takie stosowane są źródła w następujących miejscowościach: Baasen w Siedmiogrodzie, Castrocaro w Toskanii we Włoszech, Darkau Dürkheim w (Pfalz), Goczałkowice (Śląsk pruski), Hall w Górnej Austryi (Tasiloquelle), Heilbron w górnej Bawaryi (Oberheibron i Adelaidsquelle) Iwonicz, Königsdorf, Jastrzemb (Śląsk pruski), Krankenhein w Bawaryi, Kreuznach, Lippik w Slawonii, Münster a. Stein, Passung obok Chur (Szwajcarya), Rabka, Rymanów, Salzburg w Siedmiogrodzie, Salzschörf w Hessen, Saxon les Bains w Szwajcaryi, Soden koło Aschaffenburg, Sulza w Turyngii, Sulzbad nad dolnym Renem, Sierk we Francyi, Sulzbrunn w Bawaryi, Wissweg w kantonie Argau w Szwajcaryi, Zaizon w Siedmiogrodzie.

Nie bawię się w zestawianie składu wszystkich wymienionych źródeł, przytoczę najwięcej u nas znane i polecane w porównaniu z galicyjskiemi.

Miejscowość:	Stałych składników	Chlorku sodu	Soli jodowych	Soli bromowych
Iwonicz	10	8·294	0·026	0·023
Rabka	28·61	22·8	0·04	0·07
Goczałkowice	41·7	32·8	0·012	0·009
Kretznach	17·6	14·1	0·001	0·23
Lipik	3	0·6	0·02	ślady
Salzschirf	18	11·1	0·005	0·005
Hall (górna Austrya)	13	12·1	0·042	—
Darkau	—	21·64	0·041	0·117
Rymanów	9·153	6·03	0·075	0·009

Przyglądajac się bliżej zestawieniu, przychodzimy do przekonania — że źródła nasze jodowo-bromowe polskie Rymanów, Iwonicz, Rabka zupełnie stoją na równi co do znaczenia leczniczego obok siebie i zupełnie nie są przewyższone przez żadne z zagranicznych źródeł zawartością soli. — Waha wprawdzie w tem zestawieniu zawartość chlorku sodu — co przy kuracyi kąpielowej może mieć pewne znaczenie i przy ordynowaniu stósowania wewnętrznego uwzględnione być musi — natomiast co do zawartości soli jodo-bromowych żadne z zagranicznych zdrojowisk przewagi nad naszemi nie ma. — Jeśli do tego dodam, że wszystkie te 3 polskie zdrojowiska rywalizując ze sobą- dzięki ofiarności, pracy i zapobiegliwości ich właścicieli wysoko stanęły swojemi urządeniami — postępem na polu hygieny i wygody gości — dziwić by się bardzo należało — gdyby w naszych czasach znaleść się mogli ludzie — którzyby w tym rodzaju zdrojowisk wyższość jaką zagranicy przypisywali.

Z uznaniem jeszcze podnieść muszę — że zdrojowiska te posiadają kolonie lecznicze dla ubogiej dziatwy, która co roku w dość pokaźnej liczbie zdrowie swe ratuje. —

Wskazania dla tego rodzaju zdrojowisk bardzo rozliczne — przedewszystkiem: zołzy i krzywica u dzieci — choroby wysiękowe — zwapnienie naczyń z następstwami, kiła przeważnie w okresie trzeciorzędnym — w reszcie choroby przemiany materyi. —

(Ciąg dalszy nastąpi).

„Ostseebad“.

Kilka uwag na dobie w sprawie kąpielisk pruskich.

Prasa i publicystyka nasza, stojące dziś ze zdwojoną czujnością na straży zagrożonych interesów narodowych, nie mogą poprzestać na samem tylko nawoływaniu do bojkotu pruskiego i zadowolić się sukcesem teoretycznym, którego wyrazem były uchwały wiecowe z rozlicznych miast i miasteczek. Jeśli bowiem skutek ma być trwały, a taki niemal żywiołowy prąd nie ma zmaleć do objawu chwilowego odruchu, jak to już nieraz zdarzało się w społeczeństwie naszem, tak zdolnem do porywów, to należy, uwzględniając kulturalne wymagania naszej publiczności, zaznajamiać ją tą drogą prawie na każdem kroku ze ściśle rzeczową oceną wszystkiego, za co w danym razie grosz jej płynie do kieszeni butnego sąsiada.

Jak z obywatelską gotowością podjęły się zadania tego powołane czynniki ze sfer kupieckich i przemysłowych, tak ze stanowiska lekarskiego uważam za konieczne poruszyć obecnie i kwestyę leczniczej wartości pruskich kąpieli nadmorskich. Nie myślę wprawdzie kruszyć kopii w obronie krajowych zdrojowisk, ani uszczuplać wartości zdrojów pruskich wogóle, bo nie o to na razie chodzi, ale wobec faktu, iż mimo nawoływań niejednokrotnych, do rozkwitu rzeczonych kąpieli, datującego się zresztą od niezbyt dawna, głównie może przyczyniła się publiczność polska, ze względu dalej, iż zwyczaj spędzania tam lata ogarnął dzisiaj i szersze nasze warstwy, które najczęściej nawet bez opinii lekarskiej, zahypnotyzowane reklamą i prądem wszechwładnej mody z frekwencyą, rosnącą rokrocznie, zalegają brzegi nadbałtyckie, godzi się zastanowić bliżej nad tem, czy też istotnie kąpiele pruskie mają ową moc cudowną, któraby w imię wyższych interesów zdrowotności usprawiedliwiała tłumną pielgrzymkę polską do „Ostseebadów“.

Uzdrawiający wpływ morza znany był lekarzom z doświadczenia od najdawniejszych czasów, a kąpiele morskie zalecane obficie w najróżnorodniejszych cierpieniach w imię klasycznej zasady, iż „morze wszystko złe zmywa“. — W miarę wszechstronnego pogłębienia wiedzy lekarskiej, stwierdzono też naukowo, że w kąpielach tych na organizm ludzki trojakie działają czynniki, a mianowicie: powietrze, woda morska i światło słoneczne, względnie swoisty rodzaj insolacyi, które, wywołując obok szczególnej reakcyi somatycznej drogą suggestyi psychicznej głęboką zmianę na-

stroju duchowego, stanowią razem skombinowane owe pożądane warunki, jakich dla mieszkańców kontynentu trudno czem innem zastąpić.

Ale działanie to nie jest naturalnie bezwzględnie jednakie. Zależy przedewszystkiem od natury danego osobnika, boć przecie nigdy nie leczymy chorób tylko chorych, a jak dla rośliny nagłe lub zbyteczne przesadzenie na inną glebę obojętnem nie pozostanie, tak i ludzki, a zwłaszcza dziecięcy organizm. wprost srogo odpokutować może tak forsowną zmianę. Są na to dowody, które winniby być przestrogą, aby bez wyraźnego zlecenia lekarzy nie iść na lep reklamy.

Pominąwszy jednak stronę indywidualną, decydującą bywa w ocenie kąpieliska nadmorskiego jakość i wzajemny stosunek trzech wymienionych czynników leczniczych, które właśnie w miarę położenia geograficznego, ukształtowania brzegów i wielu innych warunków wprost dyametralne wykazują różnice. — Inny naprzykład bywa klimat insularny, a inny litoralny, zbliżony już działaniem swem bardziej do lądowego.

Zestawiając porównawczo te miarodajne właściwości kąpieli pruskich, dochodzimy też do należytej ich oceny. Jak z dat statystycznych wynika, powietrze w kąpielach tych wyróżnia się przedewszystkiem dość niską średnią ciepłotą, bo w miesiącach kąpielowych nie przechodzącą 17 stopni Celsiusa, niezbyt wysokim stanem barometrycznym i względnej wilgoci. Wskutek tego klimat ten częstszym i znaczniejszym ulega wahaniom, sprowadza u osób, przebywających tam, przemianę materyi: skutek, pożądany tylko w tych razach, gdy organizm zdolny jest do utrzymania równowagi i powetowania straty.

Niemniej doniosłą zaletą lub wadą klimatu nadmorskiego bywa natężenie i kierunek wiatrów w danej miejscowości. Wiatr od morza nietylko działa orzeźwiająco i hartująco, lecz oczyszcza w najlepszy sposób powietrze, a co główna, nasyca je rozpyloną, ze spiętrzonych fal morskich porwaną solą, jednym z najdzielniejszych środków leczniczych, jakiemi wiedza lekarska rozporządza. O ile tego rodzaju warunki klimatyczne stanowią niezaprzeczoną zaletę pewnych, od lądu więcej odległych wysp lub miejscowości nad morzem Północnem lub Atlantyckiem, to właśnie w kąpielach nadbałtyckich stosunek prądów morskich do kontynentalnych przedstawia się przeważnie w niekorzystnej proporcyi 1:9, a w takiem n. p. Misdroy nawet 0:10, jak to obserwacye ścisłe, w ciągu dziesięciolecia w porze sezonowej dokonane, wykazały. Z tego zatem tytułu kąpiele te najmniej nadają się do leczenia klimatycznego, co nawet przyznają najlepsi lekarze berlińscy, a tych zapewne o animozyę w tym przypadku posądzać nie można,

Ale nie lepiej ma się rzecz z samemi kąpielami morskiemi. Pomijając okoliczności niemałej wagi, iż klimat wogóle chłodny skraca nadmiernie samą porę kąpielową, iż morze Bałtyckie, zasilane blisko 40-tu dopływami rzecznemi, zawiera zbyt mało soli kuchennej i daleko stoi poza przypuszczalną potencyą innych kąpieli morskich, to morze to nie ma przedewszystkiem prawdziwego przypływu i odpływu, a więc owego potężnego falowania, które łącznie z ciepłotą uchodzą za zasadniczą właściwość kąpieli morskiej, jako swoistego zabiegu hydropatycznego. Całymi też dniami w skwarne dni lata lśni się gładko spokojna tafla Bałtyku, podobna raczej do spokojnego jeziora wśródlądowego, a wrażenie to potęguje jeszcze bujna wegetacya nadbrzeżnych parków zakładowych, która jak w Zopotach lub w Travemünde, lubo nie jest pozbawiona pewnego uroku odmiany, jednakże w rezultacie absorbuje zbyt wiele promieni słonecznych. Niema tam wreszcie (z małymi wyjątkami, jak Ahlbeck, Binz lub Połąga) rozległej piaszczystej płaży, o którąby się promienie słoneczne obijały, jak to bywa nad morzem Północnem, gdzie odpływ pozostawia rozległe pola żółtego piasku, jako ekran do pośredniej insolacyi.

Reasumując powyższe uwagi, można ze stanowiska belneologicznego o kąpielach tych powiedzieć, że dają one jednym za wiele, drugim za mało. O ile bowiem dla wątłych, ozdrowieńców, wielu neurasteników nadaje się przeważnie dyetetyka bardziej ochraniająca, oszczędzająca konsumcyę ciała, to znajdą te warunki w stosownej porze i gdzieindziej, czy to nad Rivierą czy nad Adryatykiem, który zresztą dla żądnych wrażeń, dzięki blizkości Włoch, łączy w szczęśliwy sposób prawdziwe skarby natury i sztuki. Dla takich natomiast cierpiących, dla których zalecone jest leczenie bardziej podniecające, dla tych, którzy szukają potężnych bodźców fizyologicznych, zwykły pobyt krótki w pruskich kąpielach staje się równoznacznym z ograniczeniem się do wątpliwych w skutkach półśrodków. Kto przy zdrowej jako tako kompleksyi ma już tak stargane nerwy, iż przejąć i ukoić się nie zdoła czarem swojskiej sielankowej ciszy, temu z pewnością i homeopatyczna dawka morza wschodniego na to nie pomoże.

A co do zdrowych, zwłaszcza co do zastępów naszych turystów, których ze względu na wysoce kulturalne, jak i zdrowotne znaczenie przy tych uwagach pominąć nie można, to dla tych, przy dzisiejszej komunikacyi świat cały przecież otwarty. Różnica odległości tyle chyba na szali wyboru ważyć nie może, aby dla niej jedynie, tłumnie, jak to bywa, kierować się w progi naszych wrogów i przyczyniać się do glory pruskich „Ostseebadów“.

Wiosna nastaje. Zmartwychwstały nadzieje tych wszystkich steranych w zapasach z przykrą zimą, chorobą, monotonią wytężającej pracy, rwących się z tęsknotą ptaka wędrownego w inne kraje, a ruch sezonowy naszych kuracyuszów i letników — znany i oczekiwany za granicą — bezsprzecznie i w tym roku niemało zaważy na szali wzajemnych stosunków ekonomicznych.

Niechże i z tą wiosną, publiczności polskiej emigrującej z Galicyi i Królestwa, tych słów kilka służy za drogowskaz w podróży, aby dla błahych powodów, dla widoków problematycznej wartości pruskiego morza, nie stanęła w sprzeczności z hasłami, jakie wszystkie jej warstwy tak solidarnie tej zimy głosiły.

Dr. Zygmunt Czop.

GŁOSY PUBLICZNOŚCI.

Zakład zdrojowo-kąpielowy **Rymanów-Zdrój**. Frekwencya 2.500 osób, położony nad poziomem morza 450 m., w powiecie sanockim w Galicyi, opodal od stacyi kolejowej „Rymanów“, własność hr. Potockiego. Najobfitsza szczawa słono-alkaliczna, jod i brom zawierająca, bogata w cenne składniki mineralne, ze zdrojów „Tytusa“, „Klaudyi“ i „Celestyny“, odznaczone pierwszorzędnemi nagrodami na wystawach i zjazdach lekarzy i przyrodników. Zdrój „Klaudyi“ (zdaniem Dra Dobrzyckiego, prezesa Komisyi balneologicznej

Towarzystwa Lekarskiego Warszawskiego) zastępuje całkowicie słynne obce, bo niemieckie wody w Kissingen, mianowicie zdroje „Rakoczy“ i „Pandur“, a nawet je przewyższa i jest skuteczniejszym od nich (gdyż zawiera dwuwęglan sody, którego tamte nie zawierają).

Pomimo, że Zakład niedawno istnieje, wiele osób, a szczególnie dzieci, zawdzięcza mu uzdrowienie, a Zakład z każdym rokiem wzrasta i rozszerza się. Położenie urocze wśród lasów szpilkowych, w otwartej przewiewnej dolinie, powietrze suche, zdrowe. Leczenie kąpielami mineralnemi, rzecznemi, piciem wód, mięsieniem (massage), gimnastyką zwykłą i ortopedyczną itd. Prócz lekarza zdrojowego, ordynuje kilku lekarzy.

Oprócz tych środków leczniczych, posiada Zakład wszelkie udogodnienia, mianowicie: nowe, wzorowo i z komfortem urządzone łazienki, wygodne pomieszkania, kuchnię zdrową, dobrą a niedrogą, wyborną muzykę zdrojową, liczne spacery, kaplicę, aptekę, pocztę, telegraf, sklepy, restauracyę, fortepiany, czytelnię, bibliotekę, fotografa, automobil, własną sieć telefoniczną, łączącą wille zakładowe między sobą i z Zarządem Zakładu. Wycieczki końmi i automobilem w okolice, zabawy z tańcami, bale, koncerty, przedstawienia teatralne, gry ogrodowe, bilard i strzelnica, urozmaicają pobyt w Zakładzie.

Zakład odwiedza corocznie I. krajowa kolonia lecznicza, posiadająca swe własne zabudowania, mogące pomieścić kilkaset dzieci.

Sezon trwa od 20 maja, do 20 września i dzieli się na 3 okresy: I-szy od 20 maja do 20 czerwca; II-gi od 20 czerwca do 20 sierpnia; III-ci od 20 sierpnia do 20 września.

Ceny pomieszkań i kąpieli w I-szym i III-cim okresie sezonu są znacznie zniżone dla zamieszkujących wille zakładowe. — Ubodzy, zaopatrzeni nawet w świadectwa ubóstwa, nie mogą liczyć na żadne uwzględnienia w sezonie II-gim, tj. od 20 czerwca do 20 sierpnia.

Wodę mineralną i sól jodobromową rymanowską do użytku wewnętrznego i zewnętrznego (tj. do kąpieli, okładów itp. rozsyła na żądanie, przyjmuje zamówienia na pomieszkania i powozy do kolei, oraz wszelkich wyjaśnień udziela:

Zarząd Zakładu Zdrojowo-kąpielowego w Rymanowie.

Stacya kolei państwowej: **Rymanów**.

Stacya telegr. i poczt.: **Rymanów-Zdrój. (Austrya, Galicya).**

Pamiętajmy o zdrojowiskach krajowych!

Rozmaitości.

Zjazd lekarzy. Od komitetu wystawy zdrojowej w Ciechocinku otrzymujemy z prośbą o zamieszczenie co następuje:

W dniu 8-go czerwca, t. j. w drugim dniu Zielonych Świątek, odbędzie się w Ciechocinku jednodniowy zjazd lekarzy i hygienistów, oraz członków komitetu honorowego wystawy.

Program zjazdu jest następujący: punkt zborny dnia 8-go czerwca, w parku, o godzinie wpół do 10 z rana. O godz 10-tej zwiedzanie wystawy, o godz. 12-tej zwiedzanie łazienek oraz urządzeń balneotechnicznych zakładu kąpielowego; o godz. 2-ej wspólny obiad; o godz. 4-tej zwiedzanie warzelni, tężni, willi ciechocińskich, jak również najbliższych okolic Ciechocinka (ruin Raciążka, brzegów Wisły, wodociągu we wsi Kuczka); o godz 7-mej wspólna konferencya; o godz. 9-tej kolacya; o godz. 10-tej bal, koncert, lub teatr.

Komitet wystawy, pragnąc przygotować wygodne pomieszczenie wszystkim lekarzom, którzy w przededniu zjazdu wieczornym, lub nocnym pociągiem przyjadą do Cichocinka, uprzejmie prosi wszystkich przyszłych uczestników zjazdu o wczesne zapisywanie się w sekretaryacie wystawy (Marszałkowska 110 telef. 130 — 30).

Termin zapisów kończy się w dniu 15 maja.

W sprawie wystawy samej komitet zawiadamia, że stosownie do zatwierdzonego przez władzę regulaminu wystawy, wyróżniającym się wystawcom wydawane będą odpowiednie odznaczenia.

Opłata za wynajęcie miejsc na wystawie winna być wnoszona na ręce skarbnika wystawy lub upoważnionego przez komitet specyalnego inkasenta za okazaniem kwitu sznurowego z pieczęcią komitetu i podpisem skarbnika.

Oddział Czarnochorski Tow. Tatrzańskiego istnieje w Kołomyi, ale zdaje się, że mało kto wie coś więcej o tem istnieniu. I nie może być inaczej, towarzystwo to nie może się rozwijać skoro wydział tegoż ogranicza swą czynność do jednorazowego posiedzenia w roku, a interes pewnego wybitniejszego członka Wydziału jako właściciela wil i gruntów w Jaremczu koliduje z interesem towarzystwa, które ma swoją własność i teren działania w Worochcie.

Od całego lat szeregu nie możemy doczekać się uporządkowania dworku w Worochcie, który w tym wyglądzie i z tem urządzeniem wewnętrznem mógł być odpowiedniem „schroniskiem“ przed laty dwudziestu ale nie dzisiaj gdy kolej udostępniła ten śliczny górski zakątek licznym turystom, mającym jakie takie wymagania porządku i czystości. Szanowny Wydziale zbudź się!

Rada gminna w Zakopanem na jednem z ostatnich posiedzeń uchwaliła wysłać deputacyę do Wiednia, dla uzyskania dla Zakopanego od Rządu subwencyi na inwestycye — w szczególności zaś na kanalizacyę. — Deputacya ta, w skład której weszli pp. Maciej Gąsienica, w zastępstwie Naczelnika gminy, Włodzimierz Tchórzewski, naczelnik poczty i Józef Curuś, gospodarz, udała się w tych dniach do Wiednia i tam pod przewodnictwem posłów ziemi Nowotarskiej uzyskała posłuchanie u JE ministrów D. Abrahamowicza i Korytowskiego, a także u prezesa Koła polskiego Głąbińskiego. Delegaci nasi przedłożyli postulaty gminy, które doznały przychylnego przyjęcia. Mamy nadzieję, że Rząd, któremu Zakopane przynosi z roku na rok coraz wyższe dochody, nie odmówi nam tym razem rzeczywiście finansowego poparcia i pomoże Zakopanemu zająć w szeregu uzdrowisk światowych, należne mu miejsce.

Dom urzędników w Karlsbadzie. Z Wiednia telefonują: Austryackie Towarzystwo Złotego Krzyża otrzymało pozwolenie nazwania Domu zdrojowego, zbudowanego świeżo w Karlsbadzie, „Domem zdrojowym imienia cesarza Franciszka Józefa I. dla urzędników państwowych“. Ten wielki zakład dobroczynny dla urzędników będzie po wszystkie czasy przypominał jubileusz panowania cesarza. — Dom, zbudowany według projektu starszego radcy budownictwa Juliusza Deiningera przez Towarzystwo budowlane “Union“, wraz z urządzeniem wewnętrznem kosztować będzie prawie 400.000 kor. i będzie otwartym w połowie maja b. r. — W 70 pokojach znajdzie pomieszczenie więcej niż 100 kuracyuszy, którzy za mieszkanie, usługę, światło i bieliznę opłacać będą tylko po jednej koronie dziennie. Nadto otrzyma każdy kuracyusz w Domu zdrojowym żywność, odpowiadającą kuracyi po cenach własnego kosztu, Lekarze kierujący Domem zdrowia: dr. Franciszek Gienthel i dr. Gustaw Toepfer, będą udzielali całkiem bezpłatnie porady lekarskiej. Podania urzędników państwowych, jakoteż urzędników dworu, niemniej ich najbliższych rodzin o przyjęcie do Domu zdrowia, należy wnosić do „Kuratorium der Oesterreichischen Gesellschaft vom Goldenen Kreuze. Wien I., Herrengasse 11.“

SPORT.

Organizacya Tow. Zabaw Ruchowych.

Sprawozdawca sportowy „Słowa polskiego“ zamieszcza w jednym z ostatnich numerów następujące uwagi o organizacyi Tow. Zabaw Ruchowych, które uważamy za stosowne powtórzyć ze względu na uwagi ogólne dotyczące



Otwarcie sezonu sportowego w Krakowie: P. Pollak („Cracovia“) przy rzucie dyskiem.

nietylko Tow. Zabaw Ruch. ale i innych organizacyj sportowych w naszym kraju.

„Niezaprzeczone są zasługi Tow. Zabaw Ruchowych. Przyznać mu je musi każdy, kto bez uprzedzenia patrzeć chce i umie. Ono to, wypowiadając otwartą wojnę ćwiczeniom fizycznym, ograniczonym ciasną, duszną asmosferą murów, wyprowadzając pod gołe niebo młodzież i dyktowany jej naturalnym instynktem ruch ujmując w pewien racyonalny, przez największe powagi ze świata hygienistów, lekarzy, pedagogów nie od dziś uznany system, rozbudziło wśród niej to dobroczynne w skutkach zamiłowanie do sportów, odkryło jej wszystkie tajniki tego doskonałego równoważnika wysiłków umysłowych, tego czynnika oddziaływującego zbawiennie na całą jej istotę duchową.

Niezaprzeczone są te zasługi, a są tem większe, że do osiągniętych wytrwałą pracą przez parę lat wyników prowadziła jego kierowników droga, pięknym wprawdzie oświetlona celem, ale najeżona mnóstwem trudności takich, jak niezrozumienie ich planów, niechęć, apatya, nieuzasadnione niczem podejrzenia o zamiar zdyskredytowania innej, bardzo już zasłużonej, każdemu Polakowi drogiej, a pokrewnej instytucyi, a nawet zła wola. Trudności te natury moralnej, trzeba było zwalczać wśród ustawicznego borykania się z brakiem środków materyalnych i terenów, trzeba je było zwalczać z całem nieraz zaparciem się, w głębokiem przeświadczeniu, że się dobrej służy sprawie, ażeby w końcu choć nie całe społeczeństwo, ale sporą bodaj garstkę ludzi przekonać, że Towarzystwo nie urojone, ale prawdziwe, rzetelne dobro młodego pokolenia ma tylko na oku.

Trudności tych nie zdołało dotąd Towarzystwo usunąć z drogi swojej w zupełności, ma ich przed sobą góry całe i walka z niemi zapewne długo jeszcze potrwa; w każdym jednak razie dziś już można powiedzieć, że pierwsze lody starego uporu, niedowiarstwa zostały przełamane, dobry początek zrobiony, wpływ, jaki Towarzystwo na młodzież wywarło, przekonanie, jakie o potrzebie obranego przez się kierunku w odradzaniu fizycznem w pewną część naszego społeczeństwa wszczepiło, mogą być uważane jako trwały zadatek dalszego szerzenia idei rzuconej przed laty przez nieodżałowanej pamięci Jordana.

Wśród tych żmudnych, gorączkowych zabiegów około rozwoju tak niełatwo stworzonej instytucyi, nie można się było, działając nieraz od przypadku do przypadku, bez należytego, moralnego i materyalnego poparcia ogółu, od niejednego błędu uchronić; nie można było niejednemu uchybieniu w całym planie działania zapobiedz. Działaniu temu w tak ciężkich warunkach musiało przedwszystkiem zbywać i do tej chwili jeszcze zbywa na jedolitości, dostrzedz tam dotąd jeszcze można pewien chaos, któremu teraz, kiedy już zrobiono to o co przedewszystkiem chodziło, kiedy już rozbudzono zapał do przyjemnej formy ćwiczenia ciała wśród młodzieży a w społeczeństwo rzucono kiełkujące coraz obficiej ziarno wiary w te ćwiczenia, działaniu temu, ażeby zaufanie ogółu do Towarzystwa tem silniej utrwalić, ażeby podnieść jego powagę wobec młodej zwłaszcza rzeszy jego zwolenników, trzeba nadać więcej cech pracy skoordynowanej, trzeba pomyśleć nareszcie o jednej z głównych podstaw pomyślnego, racyonalnego rozwoju instytucyi — o organizacyi.

Mam tu na myśli, odpowiednio do głównego celu Towarzystwa, organizacyę skupiającej się w jego łonie młodzieży, z której należałoby, myśląc o jej zdrowiu fizycznem i moralnem, tworzyć kadry, przejęte poczuciem koniecznej w późniejszem życiu społecznem solidarności, karności, ładu i porządku.

Otóż teraz, kiedy Towarzystwo, dzięki szczęśliwej myśli sworzenia parku zabawowego, będzie mogło objąć swoją działalnością liczniejsze zastępy młodzieży, powinno ono niezwłocznie przystąpić do organizacyi, którą wyobrażam sobie w ten sposób, żeby w każdej szkole średniej mogły



Wyścigi piesze Lwów Gródek Jagielloński: Na starcie.

powstawać drużyny, skupiające się w klubach, które znów jako pojedyncze ogniwa tworzyłyby w Towarzystwie całość jednego wielkiego łańcucha, jednego wielkiego Zjednoczenia, nasze odradzanie się fizyczne mającego na celu.

Tworzenie takich klubów, jak nas poucza dotychczasowe doświadczenie, przy dobrej woli zwłaszcza Rady szkolnej krajowej, dyrekcyi szkół i profesorów, o której wszak wątpić nie możemy, nie natrafiłoby z pewnością, przy jakiej takiej agitacyi ze strony Zarządu Towarzystwa, na poważniejsze trudności; — jakie zaś stąd tak dla całej sprawy wychowania fizycznego jak i utrwalenia pomyślnego rozwoju Towarzystwa musiałyby stąd wyniknąć korzyści, każdy zdający sobie dobrze sprawę z doniosłości takiego zjednoczenia młodzieży, łatwo chyba zrozumie.

Kluby takie, składające się oczywiście z uczestników, opłacających do Towarzystwa statutem przepisaną wkładkę, rządząc się pewną, dopuszczalną przepisami szkolnymi autonomią, byłyby zawisłe od regulaminu Towarzystwa, owianego duchem przyjacielskiej, dobrze zrozumiałej opieki i wynikającego z potrzeby wpajania w młode pokolenie cnót obywatelskich.

Taka tylko organizacya, mojem zdaniem, w łonie Towarzystwa młodzieży może jednej i drugiej stronie przynieść istotne korzyści, taka tylko może w oczach ogółu podnieść powagę Towarzystwa, młodzież zaś uczyni karną, w działaniu solidarną i nastręczy dużo sposobności do niezbędnego w krzewieniu sportów współzawodnictwa między poszczególnymi klubami.



Wyścigi piesze Lwów-Gródek Jagielloński: Uczestnicy wyścigu ruszają ze startu.

Ażeby zaś tworzenie się klubów szkolnych łatwiejszem uczynić, i uwzględniając, że młodzież nasza jest przeważnie biedna, że wielu z niej nie stać na sprawienie sobie specyalnego a koniecznego do uprawiania danej gałęzi sportu obuwia czy kostyumu, powinnoby Towarzystwo pewną, choćby najskromniejszą część dochodów brutto, uzyskiwanych z urządzanych przedsiębiorstw i zawodów, w których ta młodzież przecie poza własną, osobistą korzyścią, w ogólnym interesie Towarzystwa współdziała, odkładać na fundusz jej sportowych potrzeb, zbiorowych wycieczek itp.

Byłoby to z pewnością ogromną dla niej zachętą i jednym więcej, na wzajemnem wspieraniu się opartym łącznikiem z Towarzystwem.

Mówiąc o organizacyi młodzieży szkół średnich, nie myślę naturalnie, żeby Towarzystwo działalność swoją do niej wyłącznie miało ograniczyć; od niej tylko tę podstawową robotę należałoby zacząć, a później, w miarę możności, w miarę postępu robót na boiskach, można będzie pomy-



Otwarcie sezonu sportowego w Krakowie: „Cracovia“ drużyna footballowa Sekcyi sportowej przy Kr. Zw. Tur.

śleć o organizowaniu podobnych klubów wśród młodzieży żeńskiej i rzemieślniczej, zawiązując równocześnie bliższe, serdeczniejsze stosunki z klubami sportowymi akademickimi dając inicyatywę do zawiązywania towarzystw sportowych wśród osób starszych i czyniąc jednym i drugim, w interesie rozwoju sportów wogóle, możliwie najdalej posunięte ułatwienia w korzystaniu z terenów Towarzystwa.

Mądrze ułożony, a ściśle potem przestrzegany regulamin Towarzystwa, powinien się znaleźć w kilku najbardziej widocznych miejscach na boiskach, obok niego zaś umieściłbym wszędzie następujący katechizm:

Art. 1. Jakikolwiek sport uprawiasz, traktuj go zawsze jako zbawienne ćwiczenie, którego celem jest ciało twoje w zdrowiu utrzymywać. Największem niebezpieczeństwem, jakiego musisz unikać, jest przemęczenie.

Art. 2. Zanim się oddasz wyłącznie jakiemuś jednemu sportowi, które tylko pewne części twoich mięśni będzie rozwijać, uprawiaj od 12 do 18 roku życia wszelkie możliwe sporty; wzmocnią one całe twoje ciało.

Art. 3. Jeżeli twój rozwój cielesny nie jest zupełny, wystawiasz swoje zdrowie a może nawet i życie na niebezpieczeństwo, oddając się za długo albo ze zbyt wielkim wysiłkiem jakiemuś ćwiczeniu.

Art. 4. Piewszym przymiotem każdego atlety jest wola.

Art. 5. Najstraszniejszym wrogiem atlety jest alkohol; może on dać tylko sztuczną podnietę i siłę; rabuje mięśnie z całej sprężystości i czyni je niezdolnymi do sportowych celów.

Art. 6. Palenie tytoniu jest prawie tak samo szkodliwe jak alkohol.

Art. 7. Wybryki jakiejkolwiek natury przynoszą zawsze uszczerbek w treningu.

Art. 8. W swojej woli i w swoim rozsądku powinieneś zawsze znaleźć dostateczne źródło pomocy, ażebyś

sam mógł kierować swoim treningem, a w zawodach sam sobie wskazać potrzebną taktykę.

Art. 9. Nie uciekaj się nigdy do medykamentów! Osiągnięty rezultat wtedy tylko ma wartość, jeżeli go dzięki swojej głowie i swemu ciału uzyskałeś w całej pełni zdrowia. Podniecenie, które zawdzięczasz użyciu jakiegoś medykamentu, napełniać cię będzie, wobec samego siebie, uczuciem upokorzenia, a jednak, raz go zakosztowawszy, będziesz sie już zawsze potem do niego uciekać.

Art. 10. Wiedz o tem, że niema nieomylnego środka do osiągnięcia zwycięstwa. Trening zaś twój wtedy tylko będzie miał prawdziwą wartość, jeżeli natężanie swoich sił potrafisz obliczać i w miarę środków fizycznych, jakimi rozporządzasz, będziesz je potęgować. Do powszechnie znanych przepisów mądrości dodać tu jeszcze trzeba wolę i zdolności a także gotowość poddania się regularnemu życiu.

Art. 11. Trening powinien się ciągle potęgować. Do wielkich wysiłków fizycznych, które stanowią twoje maximum, dochodź jednak stopniowo, a skoro tam dojdziesz,



Otwarcie sezonu sportowego w Krakowie: I. drużyna „Pogoni“ lwowskiego klubu piłki nożnej przed *math'em* „z Cracovią“.

nie zadaj gwałtu naturze, nie spełniaj twego pragnienia, ażeby jeszcze dojść wyżej.

Art. 12. Wszelkie zmęczenie, bezsenność, ból głowy, zaburzenia żołądkowe, są szkodliwe i w razie któregokolwiek z tych objawów należy zaraz trening przerwać. Jeżeli dobrze spisz i jesz z apetytem, to znaczy to w zasadzie, że nie jesteś przetrenowany.

Art. 13. Nie pochlebiaj sobie, że cały rok możesz się w dobrej formie utrzymać; wybieraj te zawody, w których chcesz wziąć udział, przygotuj się do nich umiejętnie, potem jednak wracaj do takich tylko ćwiczeń, w które są do utrzymania twego zdrowia niezbędne.

Art. 14. Nie wierz w szarlatańskie środki; nie bądź nigdy zabobonnym, a jeszcze mniej pyszałkiem albo komedyantem.

Art. 15. Przy równej fizycznej wartości, inteligencya zawsze i silna wola zapewniają zwycięstwo. Wreszcie:

Art. 15. Oddawaj się całe życie sportom; jest to jedyny sposób zapewnienia sobie późnej starości“.

PROGRAM
KRAKOWSKICH WYŚCIGÓW KONNYCH.

Tegoroczne wyścigi Towarzystwa międzynarodowego oraz Galicyjskiego Klubu jazdy panów odbędą się w dniach 17, 19, 21, 23 i 25 czerwca. Program szczegółowy jest następujący:

I dzień (17 czerwca). Towarzystwo międzynarodowe. Biegów 7: 1) bieg otwarcia; 2) nagroda Krakusa (Handicap); 3) nagroda Rudawy (nagroda rządowa); 4) nagroda Towarzystwa (Steeple-chase); 5) hr. Jana Tarnowskiego memorial-stakes; 6) bieg gładki koni półkrwi; 7) wielkie krakowskie wiosenne Steeple-chase (Handicap).

II dzień (19 czerwca). Galicyjski Klub jazdy panów. Biegów 6: 1) nagroda rządowa (bieg gładki); 2) oficerski bieg z płotami; 3) nagroda zamku łańcuckiego (wyścig myśliwski); 4) nagroda rządowa; 5) Steeple-chase armii; 7) nagroda pań (Steeple-chase).

III dzień (niedziela 21 czerwca). Towarzystwo międzynarodowe. Biegów 7: 1) Krakowski bieg z płotami (Handicap); 2) nagroda Wandy; 3) nagroda Resursu (Handicap); 4) Nagroda Wisły (wyścig myśliwski); 5) nagroda rządowa; 6) bieg gładki koni półkrwi; 7) czerwcowe Steeple-chase.

IV dzień (23 czerwca). Galicyjski Klub jazdy panów. Biegów 6: 1) bieg z płotami (nagroda rządowa); 2) wyścig myśliwski; 3) bieg z płotami (nagroda totalizatora); 4) Steeple-chase korpusu krakowskiego; 5) bieg z płotami Maiden; 6) bieg gładki pocieszenia.

V dzień (25 czerwca). Towarzystwo międzynarodowe. Biegów 7: 1) oficerski bieg z płotami; 2) nagroda prezesowska; 3) nagroda Wawelu; 4) nagroda rządowa; 5) bieg losowania; 6) pożegnalny bieg gładki; 7) końcowe Steeple-chase (Handicap).

We czwartek dnia 28 czerwca odbędzie się na placu wyścigowym losowanie konia wyścigowego, zwycięzcy biegu losowania.

Otwarcie sezenu sportowego
w Krakowie.

Dnia 26 kwietnia odbyły się na torze wyścigowym w Krakowie zawody w piłce nożnej i lekkiej atletyce między kołem footballu i lekkiej atletyki Sekcyi sportowej przy Związku turystycznym a „Pogonią“ lwowskim klubem piłki nożnej. Było to oficyalne otwarcie przez Sekcyę sezonu wiosennego. Dzięki życzliwości dla Sekcyi sportowej eksc. hr. Wodzickiego otrzymała Sekcya na ten cel tor, na którym urządzono boisko i przygotowano teren pod lekką atletykę.

Zainteresowanie się publiczności tymi po raz pierwszy na większą skalę urządzonymi zawodamł było bardzo wielkie.

Toteż tłumy publiczności spieszyły mimo mimo wietrznej pogody na tor, a młodzież gimnazyalna granatowym wałem opasała boisko.

Na ogół w lekkiej atletyce zwycięstwo odnieśli goście lwowscy. I tak:

S k o k w d a l: Kamocki (Lwów) 5·10 m. 1, Szeligowski (Kraków) 5·05 m. 2, Skopal (Lwów) 4·46 m. 3.

S k o k o t y c z c e: Kamocki (Lwów) 2·50 m. 1., Miller (Kraków) 2·35 m. 2.

R z u t o s z c z e p e m: Kamocki 58·20 m. 1, Skopal 51 m. 2, Dzieślewski 44 m. 3. (Wszyscy ze Lwowa).

R z u t d y s k i e m: Pollak (Kraków) 27·85 m. 1, Skopal 26·50 m. 2, Dzieślewski 23·80 m. 3.

Zapowiedziany bieg rozstawny odpadł.

Piłka jest już tradycyą Krakowa. Żyje w nim wielu ludzi starszych, poważnych, którzy grywali w piłkę tę dawną „krakowską“ na Błoniach od wczesnego dzieciństwa bez przerwy, a dziś nowa forma dawnej rozrywki, football tak ich interesuje, że z przyjemnością przychodzą dzień po dniu na trening. We Lwowie gracze krakowscy są wysoko cenieni; można nawet powiedzieć, że gros najlepszych footballistów we Lwowie rekrutują się z Krakowa. To też match 26 kwietnia I. „Pogoni“ z „Cracovią“ wykazał pewną przewagę Krakowian nad sympatycznymi gośćmi, i choć match jest nierozegrany, to wyższość „Cracovii“ nad „Pogonią“ była widoczną,

Do pauzy, po trzech kwandransach gry, piłka była prawie ciągle przed bramką Lwowian i tylko dzięki przypadkowi, zupełnie niespodziewanie, zdobyli goście przed samą pauzą jeden punkt. Po pauzie zaś „Cracovia“ nadawała tempo grze i ciągle atakowała. „Pogoń“ broniła się bardzo dobrze; szczególnie „bramkarz“ p. Harasymowicz dzielnie odpierał ataki napadu. Krakowianin p. Szyligowski jako prawy skrajny napastnik pędził z piłką jak wicher na przebój, ale mimo kilkakrotnego przebicia się aż do samej bramki, nie zdołał zrobić ani jednego punktu. „Bramkarz“ „Pogoni“ jest trudnym do pokonania przeciwnikiem. W końcu piękną kombinacyą doprowadził napad „Cracovii“ piłkę do bramki a „łącznik“ p. Żabrza „strzelił w bramkę „Pogoni“ z siłą nie do odparcia. Po wyrównaniu punktów „Pogoń“ przypuściła jeszcze kilka ataków na bramkę Krakowian, jednak bezskutecznie, bo obaj obrońcy, pp. Calder i Jachieć, odparli każdy atak Match zakończył się wynikiem 1:1.

Rozmaitości.

Piesze wyścigi drogowe ze Lwowa do Gródka, urządzone w niedzielę dnia 5-go kwietnia b. r. staraniem Klubu Turystycznego Akademickiego Zw. Sport. we Lwowie, dały rezultat następujący:

Do wyścigów stanęło 8 uczestników, a to: pp. Grabowski, Paszkowski i Fisch z Akad. Kl. Turyst. pp. Aneri, Benet, Stefan i Świetlik i I. Lwowskiego Klubu Piłki nożnej, oraz p. Welichowski. Medal złoty otrzymał p. Benet (1), który przybył do mety w 2 godz. 44 min. 20 sek.; medal srebrny duży p. Aneri (2 godz. 45 min. 40 sek.); medal srebrny mały p. Grabowski (2 godz. 57 min. 30 sek.); Czwarty przybył p. Świetlik (3 godz. 3 minuty 48 sek.); piąty p. Welichowski (3 godziny 10 minut 38 sekund), szósty p. Paszkowski (3 godziny 17 minut 11 sekund), siódmy p. Fisch (3 godziny 20 minut 36 sek.). P. Stefan z powodu zwichnięcia nogi na 18 klm. zmuszony był od wyścigów odstąpić.

Odległość od startu na rogatce Gródeckiej we Lwowie, do mety przy pomniku króla Jagiełły w Gródku wynosiła 25 klm. 400 m. Bieg był wykluczony; kontrolę pełnili cykliści. Pogoda sprzyjała. Na rogatce we Lwowie, oraz na mecie w Gródku zebrały się tłumy publiczności, zainteresowane tą dotychczas u nas nie znaną formą wyścigów drogowych.

W dniu 8-go maja b. r. urządza Akad. Zw. Sport. podobne wyścigi ze Lwowa do Janowa, (20 klm.) dostępne tylko dla członków, a dnia 4 czerwca wyścigi ze Lwowa do Stryja (70 klm.) o mistrzowstwo Galicyi w chodzie.

Odpowiedzialny redaktor i wydawca:
Dr. Jan Frączkiewicz.

Zamówienia na mleko i śmietankę

z odstawą do domu lub za abonamentem we flaszkach patentowanych i w naczyniach blaszanych

przyjmuje

MLECZARNIA DÓBR ŁUCZANOWICE

Kraków, Podwale 6. Tel. 590.

Rok założenia 1860.

L. Freege

Kraków.

Hurtowny **Skład nasion** gospodarczych, warzywnych i kwiatowych.

Cenniki, specyalne oferty i wzory nasion przysyłam na żądanie.

Pierwsza krajowa wzorowo prowadzona **Szkółka drzew** owocowych, ozdobnych szpilkowych i róż.

Bieliznę męską

ZE SŁYNNĄ MARKĄ „LWA“

w wielkim wyborze poleca Magazyn

A. Skórczewskiego i Polakiewicza

w Krakowie, ul. Floryańska L. 13.

Koszule białe gładkie po K 2·50 3·20 4·60
Koszule białe w plisy „ „ 4·— 5·— 5·60
Koszule białe miękkie „ „ 3·20 4·— 5·50 6·—
Koszule kolorowe „ „ 3·50 4·— 4·50 5·— 5·50 7·—
Koszule dla turystów „ „ 2·50 4·— 5·— 7·—
Koszule nocne „ „ 3·30 3·70 4·— 4·50 4·80 5·50
Koszulki dla cyklistów (Sweaters) po 2·— 3·— 4·80
Kalesony po K 2·50 3 — 3·50 4·— 4·50

WIELKI WYBÓR KOŁNIERZY, MANKIETÓW, SKARPETEK, POŃCZÓCH, RĘCZNIKÓW, CHUSTEK DO NOSA BATYSTOWYCH I PŁÓCIENNYCH I T. P.

Zapasy wielkie. — Ceny niskie, stałe.



JÓZEF GORECKI

Fabryka siatek, mebli, konstrukcyi żelaznych i wyrobów ornam. kutych **w Krakowie,** ul. św. Wawrzyńca l. 26. Telefon Nr. 277. Magazyn: ul. Starowiślna l. 44 (parter).

WILHELM W. ORNATOWSKI

z Ameryki, Chicago. — Dostawca c. k. kliniki okulistycznej i szpitali.

FABRYKA NARZĘDZI CHIRURGICZNYCH

jakoteż ortopedyi i bandaży

w Krakowie, ul. Mikołajska Nr 10.

Bandaże specyalne bez sprężyn własnego wynalazku patentowane i zastosowane na najcięższe ruptury. Bandaże te oddają bardzo wielkie przysługi bez względu na wiek, przeważnie osobom starszym, którym żaden sprężynowy bandaż nie pomoże. Wykonuje pasy brzuszne, pępkowe i własnego wynalazku patent. sznurówki do prostowania wszelkich skrzywień ciała, po bardzo umiark. cenach.

Dla niedokrewnych

HYGEA PERLE

naturalne wino czerwone.

Wyłączne zastępstwo w Reprezentacyi Szczawy Krondorfskiej.

Kraków, ul. Grodzka l. 48.

Telefon 308.

Płaszowska parowa Fabryka

DACHÓWEK i CEGIEŁ

Stow. zarejestrowane z poręką ograniczoną.

Biuro: KRAKÓW, ul. Gertrudy L. 8.

Poleca: **dachówkę tłoczoną i ciągnioną, dreny różnych kalibrów, cegły maszynowe, okładzinowe i fasadowe** po cenach przystępnych.

ZARZĄD.

Biuro dla załatwiań wszelkich sprawunków

Józefa Mączyńskiego

Kraków, ul. Gołębia 18

poleca swe usługi P. T. Osobom przejezdnym i na prowincyi.